

Vos questions / nos réponses

# Après un bad trip

Par [Profil supprimé](#) Postée le 08/02/2012 10:49

Bonjour,

En Novembre 2011, j'ai fait un bad trip d'ecstasy, j'ai angoissé très fortement toute la nuit, je croyait mourir toute les 2min, que mon coeur allait s'arreter, puis un peu apres je me croyait devenir folle et être bloqué dans cet état insupportable pour toujours. Mon amie m'a dit que les dose que lon avait pris etait assez importante, et c'était pour moi la premiere fois que j'en prenais. Les deux jour suivants, je n'arrivaitpas à me sentir "normal" dans ma tête et cela m'était insupportable. Par ailleur j'ai toujours été sujette à l'anxiété, et parfois à l'angoisse.

Mais depuis ce bad trip, je fait des crise d'angoisse tres réguliere,(c'est apparu anviron quelques semaine après le bad trip et est allé en s'emplifiant) ou bien j'ai une anxiété très forte qui est simplement insupportable. En fait mes angoisses sont générées par le fait que j'ai l'impression que mon cerveau, traumatisé par l'expérience du bad trip, m'a garder en memoire cet état dans lequel mon cerveau était sous la drogue. Est-ce possible ? Est ce que mon cerveau peut me faire revivre la sensation que j'avait pendant le bad trip, a certain moments dans la journée (cela se produit lorsque je ne me sens pas en sécurité : metro, avec des innconnus, lors de musique fortes, lorsque je boit de l'alcool ou meme fume!) ou est-ce simplement de l'angoisse?

Cela me gache la vie en ce moment, je suis en train de me replier sur moi même (éviter de sortir, devenir timide) car L'idée de me sentir "anormal" me terrifie, pourtant des mois avant ce bad trip j'avais consommé de la cocaine(rarement) et de l'herbe(régulièrement pendant un ans envion) que j'ai a pu près arreter de consommé aujourd'hui.

---

**Mise en ligne le 09/02/2012**

Bonjour,

Vous avez pris de l'ecstasy pour la première fois, en grande quantité, sans peut-être véritablement connaître les risques liés à cette drogue. Le phénomène de bad trip n'est pas rare avec l'ecstasy et est désagréable à vivre. Son intensité est variable selon le produit (il en existe de multiples variétés) mais aussi selon l'état d'esprit dans lequel on consomme. De nature « angoissée », cela a décuplé des sensations de stress et d'étrangeté.

Etant donné que cela est en train de vous « gâcher la vie » et vous inquiète beaucoup, nous vous conseillons de prendre contact avec un centre de soins spécialisés en addictologie. Les rendez-vous sont gratuits et confidentiels. Les professionnels sont là pour faire un point avec vous et vous apporter une aide spécifique. Nous vous transmettons l'adresse de trois centres sur Paris mais n'hésitez pas à

consulter dans la rubrique **Adresses utiles** les centres plus proches de chez vous. Vous pouvez également prendre contact avec nous par téléphone afin de discuter davantage de votre situation. Drogues Info Service : 0800.23.13.13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, 7j/7, de 8h à 2h).

Bien cordialement.

---

## **Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suivantes :**

---

### **[Oppelia Charonne : CJC la Consult'- Paris 10eme](#)**

9, rue Beaurepaire  
**75010 PARIS**

**Tél :** 06 85 76 13 88

**Site web :** [www.oppelia.fr/blog/structures/cjc-la-consult-charonne-75/](http://www.oppelia.fr/blog/structures/cjc-la-consult-charonne-75/)

**Permanence téléphonique :** Du lundi au vendredi de 9h00 à 18h, les mardi et jeudi jusqu'à 19h00.

**Consultat° jeunes consommateurs :** Sur rendez-vous Le mercredi de 14h à 18h - L'entourage peut être reçu avec ou sans l'usager.

**Service mobile :** Des actions hors les murs : La Consult' va à la rencontre des personnes en difficultés et se faire connaître des partenaires.

[Voir la fiche détaillée](#)

### **[Hôpital Robert Debré : Service d'addictologie ambulatoire- Enfants Adolescents](#)**

48 boulevard Sérurier  
**75019 PARIS**

**Tél :** 01 40 03 20 02

**Site web :** [robertdebre.aphp.fr/unite-addictologie/](http://robertdebre.aphp.fr/unite-addictologie/)

**Accueil du public :** Consultations du lundi au vendredi, sur RDV, pour tous les jeunes et leur famille jusqu'à 16 ans et demi (pour la première consultation).

**Consultat° jeunes consommateurs :** Sur rendez-vous réservée aux jeunes mineurs (jusqu'à 16 ans) réorientation pour les jeunes de plus de 17 ans au Csapa/CJC.

[Voir la fiche détaillée](#)